

低碳生活，从当下做起……

低碳生活是指生活作息时要尽力减少所消耗的能量、减少二氧化碳的排放，从而减少污染、缓解全球变暖速度、减缓生态恶化。为此，每一个公民都应该尽一份责任。随着人们环保意识的增强，如今，低碳生活这股风潮逐渐兴起，正在潜移默化地改变着人们的生活习惯。低碳生活是一种积极良好的生活态度，也是我们应当倡导的生活方式。每一位公众、每一个家庭都是造就低碳社会的根本驱动力。了解公众对气候变化的认识水平、帮助公众便捷地践行低碳生活，是中国发展低碳社会的起点。过低碳的生活，需要人们思想观念的改变，也需要实实在在的行动。

低碳生活，提高认识是基础

随着时代的发展，越来越多的人意识到煤炭、石油等二氧化碳、甲烷等温室气体大量排放加剧了气候变化。控制碳排放，建设低碳社会成为当今世界各国的共同选择。控制碳排放需要从国家层面通过政策、法律等手段进行控制，也需要我们每一个人认识到低碳生活的意义所在。

过低碳的生活，意义重大。一个人的力量有限，如果人人都践行低碳的生活方式，那么，就会对生态环境的改善有着非常大的积极影响。联合国环境规划署执行主任阿西姆·施泰纳说，在二氧化碳减排过程中，“普通民众拥有改变未来的力量”。如今低碳生活代表着健康、自然、安全的进步，是一种低成本、低代价的生活方式，不仅可以减少我们的压力，同时也减少

地球的压力。现在，低碳生活理念越来越深入人心，低碳的生活方式也被越来越多的人接受。与此同时，不少地方的相关政府部门也在创新手段，引导、激励个人更积极地投身绿色低碳行动。

越来越多的人接受低碳的生活方式意味着环保意识的增强。针对低碳生活，57岁的市民刘金荣说：“我小时候物质生活不像今天那么丰富，父母经常教育我们姐弟几个生活要节俭。我在父母的教育下养成了不浪费的好习惯，并一直保持到今天。现在生活条件好了，我也会约束自己在生活中节约资源，不浪费水、不浪费电。我觉得这不是不舍得水费、电费的问题，而是一种对意识的。”有些人对低碳生活从心里认可，但是，有时候在实际行动中却会受到一些错误观念的束缚。市

民王先生说：“过度消费、享乐消费、炫富消费与面子消费等众多与低碳生活背道而驰的消费方式之所以还很有市场，根源就在于人们的认识问题。有一些人确实认识到了低碳生活方式的意义，但是有时候却为了面子等原因不坚持低碳环保的生活方式。”“90后”女孩陈雨曦对低碳生活也有自己的认识，她认为：“低碳生活不是苦行僧式的生活，更不是贫困或落后的生活方式。低碳的真实含义包含要给人们身体健康提供最大的保护和舒适感。同时，对环境消极影响更小或是有助于改善环境。低碳生活是一种绿色、健康的生活方式。作为年轻人，我也赞同低碳的生活方式。很多人会以年轻人爱浪费，生活不低碳，这其实是一种片面的看法。我身边的很多年轻人都是低碳生活方式的践行者。”

低碳生活，养成习惯是关键

在日常生活中，每个人的衣食住行，都直接或间接留下了“碳足迹”。比如一次普通的网购，便包含了物流运输、快递包装等环节；还有坐飞机旅行、开车出行等，都会产生相应的碳排放。相比于企业，每个人的碳排放量虽然小，汇聚起来却不容小觑。因此，如果我们在日常生活中，尽量减少能源的消费和碳的排放，比如多乘坐公共交通工具、使用节能环保家电等，就能通过自己的方式，为减排作出贡献。譬如，叫份外卖，或许是我再平常不过的就餐选择。不过，很多人可能并不清楚，饱腹之后的一次性餐盒、筷子、塑料袋，以及餐余垃圾，会给环境造成多大压力。据统计，国内互联网订餐平台一天使用的塑料餐盒约有4000万个，全国每天因外卖产生的餐饮残余多达上千吨。过低碳生活其实并不难，只需要人们在生活中养成良

好的生活习惯。目前，已经有越来越多的人外出随身携带筷子、水杯、便当盒，不用一次性杯子和塑料袋；平常生活中尽量安排在家做饭，选择玻璃罐保存食物等等。小习惯，大节约。对于普通人来说，低碳并不遥远。越来越多的人开始主动地对自己的生活方式或消费习惯进行简单而有效地调整，倡导并选择低碳生活方式。低碳生活，悄然走进千家万户。

低碳生活方式，大多体现在一些微小的细节上。比如中国百姓自幼所熟悉的每月少开1天车、空调调高1度、每天少抽1支烟、随手关灯、一水多用、餐后打包等，都已深入人心。而随着科学技术的发展与理念的更新，主动购买节能节水的电器、一周一天素食主义、避免油炸食品、衣服面料首选棉质而非耗能更高的化纤织物，也慢慢得到了各个年龄段人群的认可与

实践。低碳生活，为生活增添了美好与便捷，减少了浪费与危害。

迎接绿色低碳生活时代，需要每一个人从生活点滴开始建构。绿色低碳的生活方式是一种文明生活方式。从“光盘”行动，到低碳出行，再到新颖时尚的绿色消费，绿色低碳生活对于个人而言，折射出我们作为现代人的一种文明素质，提升着我们的生活品质与志趣。追求绿色低碳生活方式的人，是有文明涵养的，也是受人敬重的。对于社会而言，倡导并引导绿色低碳生活是现代文明的一种文明品质，意味着社会成员懂得自我约束、懂得尊重公共空间、懂得人与自然的和谐，共同标注着我们社会的文明水位。养成良好的习惯，过低碳的生活就是为环保尽责，就是为美化我们的环境尽力。人人于这些细微处尽一份环保绵力，长此以往，社会生态文明建设势必能往前跨出一大步。

低碳生活小建议

1. A4纸双面打印：我们每天都在使用A4纸，如果将A4纸双面打印，相当于留下半片原本将被砍掉的森林。
2. 少用一次性筷子：筷子都是用大量的木头做成的，大量使用一次性筷子就需要砍伐大量的树木，正是有了需求才有了砍伐，如果没有一次性筷子的需求，那就会减少许多树木被砍伐。
3. 随手关灯：在离开房间或是出门时我们要记得随手关灯，降低能源消耗。
4. 使用环保袋：在超市购物或是菜场买菜，我们可以使用环保袋，减少一次性塑料袋的使用。
5. 使用可充电电池：电池对土壤的污染是巨大的、是不可逆的，我们可以使用可充电、可循环使用的电池。
6. 重复利用水资源：现在水资源对人类来说非常重要，所以，我们必须重复利用水资源。从生活细节来说，我们可以具体到使用淘米水来擦洗家具，还可以将擦洗家具的水用来冲厕所。这样做不仅干净卫生，而且能够避免水资源的浪费。
7. 废物再利用：在生活当中有很多的废物，看起来是没有任何用处的，其实将它换一个角度，它的用处还是非常大的，比如说家里废旧的报纸，大家可以将这些废旧报纸，铺垫在橱窗下面，这样不仅能够做到有效的吸潮，还可以吸收衣柜当中的一些异味，相当于樟脑丸。还有就是很多女人使用完的面膜纸也不要扔掉，将这些面膜纸用来擦洗家具，擦洗皮带，不仅使擦洗过后的家具和皮带更加干净，而且还能够留下香气，非常实用。再比如我们喝茶之后的剩渣，可以将它晒干，可以做一个茶叶枕头，不仅给人舒适的感觉，而且还可以有效改善睡眠。
8. 减少垃圾的产生：在生活当中我们要时刻注意减少垃圾的产生，比如说大家出门的时候尽量使用环保袋，少选择一些一次性塑料袋或者是收费塑料袋，这样能够使白色污染大大的减少，在出门的时候尽量佩戴水杯，避免使用一次性纸杯，环保、卫生。在家的话尽量使用永久性的筷子、饭盒，避免过多的一次性浪费。

低碳生活大家谈

市民黄进理：低碳生活方式虽然已经被越来越多的人接受，但是还需要进一步加强引导，要通过诸如“市民低碳行动”等相关活动的开展，倡导绿色低碳的生活方式和消费模式，发动更多的市民公众响应践行“低碳生活”，在全社会逐步形成了了解低碳、崇尚低碳和践行低碳的风尚，使得低碳理念深入人心。

市民李哲思：过低碳生活就要树立起“低碳”至上、“生态”先行的理念。作为个人，我认为保护环境是责任、是义务，既需要从思想上认识，更需要以实际行动响应。与此同时，相关部门还要积极履职，应该坚持不懈积极引导，大力宣传低碳生活、保护环境的益处，让人们在思想上逐渐接受并乐于低碳生活，进而转变为实际行动。

网友“豆芽儿”：低碳生活需要改变一些人们已经习以为常的生活习惯。但是，只要你想做，低碳生活对于普通人来说也是可以实现的。衣食住行上的点点滴滴小事儿，就能实现低碳生活。低碳生活要从我做起，从身边小事儿做起，让我们一起努力吧！